DISCORSO
SULL' EDUCAZIONE FISICA

LETTO

DAL M.° GIUSEPPE BERTONI

PER

LA SOLENNE PREMIAZIONE

DEGLI ALUNNI DEL COLLEGIO S. CARLO

IN MODENA

IL DÌ 8 DICEMBRE 1885

COLL' INTERVENTO DELLE AUTORITÀ

MODENA
TIPOGRAFIA DI G. T. VINCENZI E NIPOTI
1885.

A' MIEI DILETTISSIMI ALLIEVI

DI GINNASTICA E NUOTO NEL COLLEGIO S. CARLO

PERCHÈ RICORDI LORO IL DOVERE

DI MANTENERE COLL' ESERCIZIO SANO E VIGOROSO IL CORPO

ONDE MENTE E BRACCIO

SIANO SEMPRE PROFITTEVOLI

ALLA GRANDEZZA DELLA PATRIA

Signori,

In quest'aula, dove tennero discorsi lodadatissimi uomini chiari per ingegno e dottrina e benemeriti del pubblico insegnamento, prende oggi la parola l'ultimo degli insegnanti; il maestro di ginnastica. — E, davvero, mi crederei totalmente indegno della indulgenza di che mi sarà largo questo colto uditorio, se non dichiarassi subito che accettai l'onorevole incarico per non opporre rifiuto all'autorevole mio superiore, e per non perdere l'occasione di parlare, in un giorno così solenne, a questi cari giovani, intorno ad una disciplina che è divenuta lo scopo della mia vita, e che reputo di grandissima importanza nella educazione della gioventù.

E poichè, negli anni passati, gli egregi uomini che mi hanno preceduto esponevano a questi alunni ad incitamento ed esempio le preclari virtù di antichi collegiali, non debbo tacere che a raggiungere l'eccellenza che li rese illustri nelle lettere, nelle scienze o nelle arti, molto deve avere contribuito il tenace volere e la fermezza di propositi acquisiti nei primi anni colla maschia educazione che ricevettero in questo Istituto, dove mai sempre furono in onore gli esercizi fisici. I quali, pur nella mente del benemerito fondatore, furono considerati un valido mezzo per dare al corpo la forza, allo spirito l'indipendenza. Ed invero, il Conte Paolo Boschetti, la cui effigie riverente ammiro in questa sala, nel 1626, nei capitoli del Collegio dettava:

« E percioche i Gentil' huomini non meno
« all'operare che allo speculare son nati: nelle
« ore disoccupate, accioche anche i trattenimenti
« siano utili s' eserciteranno come per inter-
« medio agli studi in qualche virtù Cavalleresca
« che all' operare avvenevoli e pronti gli faccia,
« cioè nella musica, nel ballo, nel giuoco della
« barriera e nel saltar il cavallo. »

E ripensando alla data in cui questo nobile Collegio venne fondato, mi rincorre alla memo-

ria che, pochi anni prima, Gerolamo Mercuriali nella pregevolissima opera *De arte gymnastica* sferzava gli snervati costumi del suo secolo, dimostrando che per dare al corpo ed allo spirito la necessaria vigoria, era mestieri rimettere in onore gli esercizi ginnastici, con deplorevole trascuranza totalmente abbandonati.

Ingrandisce per tanto all'occhio mio la benemerenza di questo Sacerdote e patrizio modenese, che, in un'epoca in cui si esalta l'eccellenza dello spirito e si predica la mortificazione del corpo, come cosa vile ed abbietta, dona alla sua patria un istituto di educazione per la gioventù, ove egli stesso vuole si coltivi la mente senza trascurare il corpo; e precorre così gli ultimi trovati della pedagogia e fisiologia moderna, riconoscendo che a dar vigore e prontezza agli atti della volontà molto giova un corpo sano e robusto.

Ma se in questo Collegio gli esercizi fisici furono sempre studiati con speciale amore, ed in ogni tempo molto applaudite le pubbliche prove degli alunni nelle esercitazioni militari, nei balli, nei giuochi di picca, di bandiera e di alabarda, è a dolersi purtroppo che il buon esempio non sia stato seguito dapertutto; chè, forse, non si lamenterebbe oggi universalmente

l'ignavia e la corruzione che affliggono la moderna società. Lungo e doloroso sarebbe il mostrare come nella vita odierna la debolezza del corpo faccia spesso vacillare la volontà, e come ogni giorno diventino più radi gli uomini di tenace proposito, di risoluta fermezza nel conseguimento di un fine prestabilito, capaci di una intrapresa ardita e pericolosa, onde si è portati a concludere, che l'educazione intellettuale dà bensì all'uomo i sani principii del buono e del vero, ma non la forza per mantenerli, difenderli e all'occorrenza propagarli. A rimanere saldi nei fatti propositi, a mantenere fede inalterata nelle buone opere, è indispensabile una fermezza di carattere, che emana direttamente dalla robustezza fisica. Sì, o signori, la salute e la forza sono i beni supremi dell'uomo. Senza di esse si è vittime di tutto e di tutti, con esse si superano tutti gli ostacoli. La robustezza dà il coraggio nel bisogno, l'ardire nelle intraprese, l'intrepidità nel pericolo. Essa è un'arma potente per combattere il rigore delle stagioni e dei climi, per sprezzare la fatica, per sopportare le privazioni, per trionfare in una parola di tutte le avversità.

Alla stregua di questi principii è ovvio riconoscere che quanto più i cittadini saranno fisi-

camente forti, tanto più saranno virtuosi, onde il « *Mens sana in corpore sano* » degli antichi acquista un valore solenne ed indiscutibile.

Fra i popoli dell'antichità che meglio seppero apprezzare i vantaggi della educazione fisica, troviamo i greci, i quali con un sistema ben inteso di esercitazioni, attendevano allo sviluppo del corpo, non solo per abituare i giovani alle fatiche della guerra, ma benanco collo scopo più elevato di stabilire la necessaria armonia fra le facoltà spirituali e le corporali. Che importanza avesse nella educazione della gioventù ellenica l'esercizio del corpo, ce lo dimostrano i grandiosi ginnasi nei quali veniva praticato, il lungo tempo che vi si impiegava, la imponenza delle feste dedicate alle gare, e gli onori quasi divini che si tributavano ai vincitori. E qui merita che io faccia notare a questi carissimi giovani che gli esercizi che diedero alla Grecia gli uomini più saggi e più forti di cui parli la storia, sarebbero oggi tutti compresi nella categoria dei nostri *collettivi*. Nella Palestra greca, ai tempi della maggiore sua floridezza, si studiavano cinque sole specie di esercizi, che dal numero appunto furono dette le esercitazioni del *pentathlon*. Esse erano: la corsa, il salto, il getto del disco, il giavellotto, la lotta. Non vi

era adunque nemmeno l'ombra di quella ginnastica che qualcuno chiama oggi col nome pomposo di superiore, ma che per altro ha recato non poco discredito alla nostra istituzione, perchè fu essa che diede origine al moderno acrobatismo tanto dannoso al fisico, quanto al sentimento morale; imperocchè non vi debba essere alcuno, che senta dignitosamente di sè, che esponendo a pericoloso cimento la vita, ambisca di dare col proprio corpo diletto e spettacolo alla folla plaudente.

Colla educazione fisica procedeva di pari passo nella antica Grecia l'educazione dell'intelletto e del cuore, onde fiorirono le lettere, le arti e le scienze, e quel popolo raggiunse una grandezza che non ha riscontro in nessuna parte della terra. Nè si dimentichi che alla Palestra convenivano i più illustri filosofi, che vi si esercitarono Sofocle, Senofonte, Euripide, Socrate e molti altri, e vi guadagnarono la corona Pitagora e Platone.

I romani dei primi tempi si rendevano forti coi rudi lavori agricoli, ai quali attendevano collo stesso zelo il patriziato e la plebe. In seguito copiarono la ginnastica greca, ma la volsero esclusivamente a scopo materiale, alla educazione cioè del soldato; e lo spirito guerriero

dominò così quel popolo chiamato alla conquista del mondo, che giunse perfino a tacciare di effemminatezza la ginnastica greca. — Nel campo di Marte si abituavano i giovani alle più gravi fatiche. Coperto il corpo di armature e sulle spalle pesanti fardelli si esercitavano alla corsa, alla scherma, al salto, ma sopratutto a resistere per lungo tempo alla fame, alla sete e ad ogni peggior disagio. Sudati, e affaticati da tali esercizi si gettavano nel Tevere, e si addestravano al nuoto, nel quale divennero presto espertissimi. Quest' arte, che può dirsi veramente nazionale, fu tenuta in tale e tanta importanza dai romani che a qualificare un ignorante dicevano: « *nec didicit litteras nec natare* » non sa nè leggere nè nuotare.

L' educazione fisica, romana sebbene abbia dato alle milizie la robustezza, la forza e il valore che le condusse al glorioso cammino da tutti conosciuto, pure rimase di molto inferiore alla ginnastica greca dal lato educativo, perchè questa aveva per compito di armonizzare la gagliardìa del corpo colla vigorìa dell' ingegno, quella invece l' unico fine di formare l' invincibile guerriero delle romane legioni.

Questi due popoli che debbono in moltissima parte agli esercizi del corpo una potenza

e grandezza imperitura, debbono pure ripetere la loro decadenza al traviamento in che li condusse l'arte stessa che fatti li aveva grandi e potenti. Allorchè il culto del valore personale fece dimenticare completamente la coltura dello spirito, e tutto sacrificare al sentimento della forza, corrotti i costumi, guasti gli animi, depravati gli istinti, sorsero in Grecia gli atleti, in Roma i gladiatori. Non mi basta l'animo di citare alcuno degli orribili scempi che accadevano in quelle lotte barbare e sfrenate, che, lungi dal destare l'antica emulazione pei virili e sani esercizi del corpo, inducevano nel popolo l'ozio e la fiacchezza nello stesso tempo che lo spingevano a idolatrare la forza. Dimenticato per tal maniera ogni scopo igienico, educativo e patriottico dell'esercizio corporale, per lungo tempo in Grecia e in Roma la ginnastica fu data pascolo di brutale spettacolo alla plebe corrotta ed infingarda (1). — Non più l'ideale che nella

(1) Dall'antologia greca:

« L'atleta vincitore ai giuochi Olimpici, che tu vedi così ridotto, « aveva un giorno, un mento, dei sopracigli, delle orecchie, delle « palpebre. Ma negli esperimenti del pugilato, dovette perdere tutte « queste cose, ed anche il suo patrimonio. Di fatto non potè avere « parte alla successione paterna. Messo a confronto col suo ritratto, « prodotto a giudizio dal fratello di lui, fu giudicato non essere lo « stesso individuo ».

purissima Grecia si compendiava nelle parole bellezza, robustezza, genio e valore, non più il culto delle grandi memorie e delle gesta di Maratona e delle Termopili, quando la gioventù greca, infiammata dai versi patriottici del poeta Triteo, cantava:

Sventura è la vita dovuta a paura
Dovuta all' eterno dei figli rossor.

. . . .

Pugnam per la patria, pugniamo pei figli,
L' amor della vita viltà non consigli:
Se il vincere è bello, pur bello è il morir.

E Sparta, Atene e Roma caddero per non più risorgere.

Al periodo della forza tenne dietro la media età, nella quale, posti in obblio quasi completo gli esercizi del corpo ed esagerando il dominio

« Ulisse, dice Lucilio, dopo venti anni di assenza, non fu più « riconosciuto che dal suo cane Argo; ma tu, o Stratofane, dopo « quattro ore di pugilato, divieni irriconoscibile non solamente ai « cani ma a' tuoi concittadini, e se tu ti guardi nello specchio, dirai « a te stesso: Io non sono più Stratofane e lo giurerai ». — *Felice Valletti* — La Ginnastica in Grecia.

dello spirito, l'educazione divenne quasi interamente spiritualistica. E per legge di reazione non poteva succedere altrimenti, ove si pensi che colla decadenza le peggiori passioni e gli istinti pravi del senso fecero dimenticare ogni nobile affetto, ogni santo dovere di famiglia, di società, di patria. Sulle rovine della antica civiltà sorse la cavalleria e il feudalismo. Gli esercizi fisici, come mezzo educativo, furono totalmente negletti, poichè le giostre e i tornei, ben lontani dall'essere diretti ad un fine nobile e generoso, furono privilegio di pochi e rivolti allo scopo di riuscire vincitori nelle gare, ove colla destrezza e la forza si disputava l'amore.

Poste in dimenticanza le massime della sapienza greca, il popolo crebbe snervato e indolente, e cominciò quella fisica decadenza che invano si cerca tuttora di arrestare. Non mancò, è vero, nel medio evo chi cercasse di ricondurre l'educazione sulla buona via, dimostrando che l'uomo, composto di anima e corpo, doveva volgere le sue cure all'una ed all'altro; e primo tra questi, a gloria italiana, deve essere annoverato Vittorino da Feltre, che può dirsi l'antesignano della moderna ginnastica. — Vittorino fu un educatore amoroso e paziente della gioventù; convinto che gli esercizi del corpo gio-

vano altresì allo sviluppo dello spirito, non lasciava giorno senza esercitare gli allievi nella ginnastica, che faceva consistere nei movimenti naturali del capo, del busto, delle braccia e delle gambe; aggiungendo, per gli alunni più innanzi negli anni, il nuoto, l'equitazione, la caccia e la pesca. E perchè i giovani si abituassero a resistere pazienti alla fatica ed alle privazioni, li conduceva a lunghe passeggiate, durante le quali pretendeva la resistenza alla fame, alla sete, al caldo ecc. Spesso ordinavali a finti combattimenti e gioiva in vederli fortificarsi nei luoghi assegnati, prepararsi all' assalto e sprezzanti della fatica, del sole, della polvere, più ore adoperarsi nella finta pugna. Nè si creda che l'educazione propugnata e diretta da Vittorino fosse soverchiamente corporea; no, egli non usciva dalla giusta misura; considerava il corpo tempio dello spirito, e chi più resisteva nella corsa, chi mostrava più coraggio nelle prove e perseveranza nella fatica, era da lui designato a più nobile meta negli studi: e di rado s' ingannava.

L'ottima scuola di Vittorino trovò qualche imitatore, ma per la generale indolenza non ultima cagione della lunga e dolorosa schiavitù della patria nostra, non andò guari che fu di-

menticata. Però gli scrittori indipendenti e studiosi non cessarono di proclamare l' utilità degli esercizi ginnastici, e fra di noi Agnolo Pandolfini, Leonardo Lessio, Angelo Truccaro, Gerolamo Mercuriali ed altri, nelle loro opere incessantemente li raccomandarono. Ispirati allo studio dei greci, quasi tutti i più grandi filosofi dei secoli posteriori, indignati dalla generale fiacchezza, proclamarono la necessità della educazione del corpo. Già l'Inghilterra, la Germania e la Francia per opera di Fuller, Tissot, Hoffmann, Basedow, Salzmann e molti altri, sullo studio della antica ginnastica greca si affaticano a comporre un sistema di educazione fisica, e, nel 1800, Guts-Muths, professore di geografia e e storia Schnepfental, pubblica un manuale che può considerarsi tuttora la base della nostra ginnastica (1).

E all'Italia pure non mancarono, negli ultimi anni valenti propugnatori della educazione fisica, e fra i primi meritano di essere citati Gioberti, Tommaseo e Leopardi. E di quest'ultimo singolarmente, che allo spirito sopra ogni dire eletto ebbe compagno un corpo debole e malatticcio, mi piace di riportare alcune parole. Udite, ca-

(1) *Valletti* — Pedagogia e metodica.

rissimi giovani, che cosa scrive il grande di Recanati nelle sue opere morali.

« Il corpo è l'uomo; perchè lasciando tutto
« il resto, la magnanimità, il coraggio, la po-
« tenza di fare, la potenza di godere, tutto ciò
« che fa nobile e viva la vita dipende dal vigore
« del corpo e senza quello non ha luogo: e però
« anticamente la debolezza del corpo fu igno-
« minia anche nei secoli più civili. Ma se tu
« vuoi prolungando la vita, giovare agli uomini
« veramente trova un'arte per la quale siano
« moltiplicate le sensazioni e le azioni loro. Nel
« qual modo accrescerai propriamente la vita
« umana ed empiendo quegli smisurati inter-
« valli di tempo nei quali il nostro essere è piut-
« tosto durare che vivere, ti potrai dar vanto di
« prolungarla. E ciò senza andar in cerca del-
« l'impareggiabile o usar violenza alla natura,
« anzi assecondandola. Ma tra noi già da lun-
« ghissimo tempo la educazione non si degna di
« pensare al corpo, cosa troppo bassa ed abbietta:
« pensa allo spirito ed appunto volendo colti-
« vare lo spirito rovina il corpo: senza avve-
« dersi che rovinando questo, rovina anche lo
« spirito. »

Tratteggiata così la storia della educazione fisica, donde ne venne a noi la moderna ginna-

stica, giova osservare che a tenerla oggi lontana dagli eccessi cui malauguratamente andò soggetta nei primi tempi, bene riuscirà il progresso della scienza, che nemica di ogni empirismo, scrutando le origini dell'arte, ne migliora e dirige le applicazioni. Ed invero, la fisiologia, l'anatomia e l'igiene potentemente aiutano l'educazione fisica a raggiungere viemeglio il suo nobile fine, onde a ragione può dirsi che la scienza sorregge e guida l'arte, mentre l'arte conforta e comprova l'autorità della scienza.

E se la storia ne ammaestra che, i popoli fisicamente forti costituiscono le nazioni grandi e potenti, poichè non v'ha esempio di popolo libero e grande presso il quale sia stata negletta la educazione del corpo, la scienza d'altra parte c'insegna che la salute e la robustezza sono il retaggio della temperanza e dell'equilibrio delle facoltà fisiche colle intellettuali. Onde l'educazione riuscirà al suo fine supremo, il perfezionamento dell'uomo, considerato in se stesso e ne' suoi rapporti colla società, solo allora che in giusta misura saprà congiungere alla coltura dell'intelletto e del cuore l'educazione del corpo. Pensando poi che in ogni tempo ed in tutti gli stati sociali, sarà sempre da apprezzarsi grandemente l'uomo forte e capace di atti generosi,

si dovrà cercare, con ogni possa di rendere, colla educazione fisica, l'uomo calmo ed intrepido di fronte al pericolo, onde sia in grado di soccorrere il proprio simile nel caso di incendio, di annegamento od in altra qualsiasi disgrazia. Ed a tale nobilissimo fine si arriverà con certezza, qualora nell'insegnamento degli svariati esercizi del corpo non si trascuri di destare una lodevole emulazione per le prove di coraggio, di forza e di fermezza; sempre però dentro certi limiti, affinchè il giovane stesso si faccia ragione di ciò che fa, e riconosca che si vuole ottenere da lui coraggio non temerità, prudenza non paura.

L'educazione fisica ben diretta ed in armonia cogli studi intellettuali e morali può dunque fare l'uomo veramente virtuoso, poichè all'amore sincero del prossimo ed al desiderio di fare il bene, si aggiunge la possibilità materiale di operarlo in un numero grandissimo di circostanze. Nè mai tale educazione (a mio modo di vedere) fu necessaria come ora, che, purtroppo, va diffondendosi nella gioventù una estrema fiacchezza, la quale dà origine ad un falso sentimento che rende scusabili e qualche volta belli moltissimi errori; ad una sensibilità malaticcia che fa credere spesso degno di com-

passione l'ignorante per propria volontà o l'ozioso per vizio.

Fortunatissimo per ciò questo Collegio alla cui direzione furono sempre uomini che ebbero in alto pregio gli esercizi fisici. Certamente i giovani avranno approfittato della buona educazione impartita in questo Istituto anche nei primi anni di sua fondazione; però non ne possiamo avere quella morale certezza che a noi ne deriva dopo che il Rettore D. Francesco Baldi, a stimolo di generosa emulazione ebbe istituite le accademie letterarie, scientifiche ed artistiche, la prima delle quali fu tenuta nel 1688 per festeggiare la nascita del principe di Galles. Tali accademie continuarono per oltre 150 anni, come rilevasi dalla cronistoria dei Teatri del M.° Alessandro Gandini, e si tenevano, o per far plauso alle famiglie regnanti, o per festeggiare personaggi d'alta fama od antichi collegiali saliti ad eminenti dignità. — Richiamano queste feste la memoria ai bei tempi della floridezza greca, quando i filosofi convenivano nel ginnasio a disputare sulle lettere o sulle scienze e poscia si esercitavano ai virili esercizi della palestra. — Una educazione siffatta non poteva certo mancare di porgere copiosi frutti, non fa per ciò maraviglia che questo illustre Istituto abbia

dato alla patria poeti, filosofi, letterati, cardinali, guerrieri, scienziati, marescialli e dogi.

Col mutare dei tempi cambiarono pure gli studi intellettuali e fisici, ma le buone tradizioni mantennero vivo l'amore ai forti esercizi ed il Collegio S. Carlo conservò sempre un bellissimo posto, così nel campo del pensiero, come in quello dell'arte. — E quando, col risorgere della patria a libertà politica, si riordinarono gli studi, per merito singolare dell'illustre rettore D. Luigi Spallanzani, fu introdotto, nel 1859, l'insegnamento della ginnastica, e delle premure che egli pose nella nuova disciplina, ne dica per me l'illustre e compianto M.º Cesare Campori nella storia del Collegio: « .... un « nuovo genere d'istruzione ebbe speciali cure « dal rettore D. Spallanzani e fu quello della « ginnastica nel quale erasi così bene addentrato « da farsi ripetitore egli medesimo ai giovani « delle lezioni dei maestri. » Per tal modo il Collegio di S. Carlo, cominciò l'insegnamento della ginnastica educativa 19 anni prima che ne fosse per legge promulgato l'obbligo nelle scuole. — Succeduto allo Spallanzani l'attuale benemerito rettore, ogni ramo di studio ebbe da lui impulso ed incremento, ma principalmente attese alla igiene interna dei locali ed a tutto ciò

che ha attinenza collo sviluppo fisico. Provvide alcune stanze da bagno mancanti per l'addietro, prescrisse l'istruzione sulle armi e sul tiro a segno ed agli esercizi del corpo diede incremento, deliberando che ogni anno, nel carnevale, gli alunni dessero pubblico saggio di ginnastica scherma e ballo. Nè qui si fermarono i provvedimenti dell'egregio rettore per la fisica educazione, che a renderla vieppiù completa, volle fossero istruiti gli alunni nella utilissima arte del nuoto; e la bella villa di Braida venne fornita di una grandiosa vasca, provveduta anche di barchette per l'esercizio del remo.

Dalla scuola di nuoto del Collegio sono usciti già oltre 150 nuotatori ed ogni anno vi si danno non meno di 1000 lezioni individuali.

Ho fiducia che questa scuola valga di incitamento ed esempio agli altri istituti del Regno, perchè non conosco arte che in sè racchiuda maggiori utilità. A tacere dello scopo igienico e ginnastico, non è chi non veda la grande influenza che il nuoto esercita sulla formazione del carattere. Famigliarizzandosi con uno dei più grandi elementi della natura, il giovine si educa al coraggio ed alla conoscenza delle proprie forze, onde acquista la più umana delle virtù, che è quella di bastare a se stesso e di essere in grado di soccorrere gli altri.

Gli alunni di questo Collegio adunque, nei mesi estivi particolarmente, ricevono una educazione sotto ogni aspetto ottima, perchè, nella loro villa, ben si concilia il moderato esercizio della intelligenza col divertimento: giuochi all'aperto, tiro al giavellotto, corsa e nuoto sono gli ordinari esercizi, a cui si aggiungono poi nell'ultimo mese, le lunghe passeggiate. E ben ricordo fra le escursioni del Collegio su per i monti, la visita al Cimone, che feci con una camerata di alunni, alla quale appartenevano giovani appassionatissimi alla ginnastica, i quali, singolarmente forti, vinsero le guide nella faticosa salita.

Ed ora, a voi Signori, che ascoltaste pazienti la povera mia parola, sento vivissimo il bisogno di esprimere tutta la mia riconoscenza; ed a voi, miei cari alunni, che, più degli altri, aveste occasione di apprezzare i grandi servigi che reca allo sviluppo del corpo e della mente la fisica educazione, caldamente raccomando di non abbandonarla, come quella che rinvigorendo tutto l'uomo, lo rende atto alle molteplici operazioni, proprie di sua nobile natura: nè credo di finir

meglio che ricordandovi le parole di Cicerone:

..... *Maxime autem haec aetas exercenda est in labore et animi et corporis, ut eorum, et in bellicis et in civilibus officiis vigeat industria* (1).

---

(1) De officiis.